





**Здоровьесберегающи
е технологии при
реализации ФГОС 2 в
начальной школе**



**«Забота о здоровье – это
важнейший труд воспитателя.
От жизнедеятельности детей
зависит их духовная жизнь,
мировоззрение, умственное
развитие, прочность знаний
вера в свои силы...»**


В.А.Сухомлинский



В Конвенции о правах ребенка подчеркивается, что современное образование должно стать *здоровьесберегающим*.

В законе «Об образовании» сохранение и укрепление здоровья детей выделено в *приоритетную задачу*.

***Здоровьесбережение* не может выступать в качестве основной и единственной цели образовательного процесса, а только в качестве условия, одной из задач достижения главной цели.**



Под здоровьесберегающими образовательными технологиями в широком смысле слова следует понимать все те технологии, использование которых в образовательном процессе идет на пользу здоровья учащихся.

Гигиенические условия в классе (кабинете):

- чистота,
- температура и свежесть воздуха,
- рациональность освещения класса и доски,
- наличие/отсутствие монотонных, неприятных раздражителей и т. п.



Следует отметить, что утомляемость школьников и риск аллергических расстройств в немалой степени зависят от соблюдения этих простых условий.





А Б В Г Д Е Ж З И Й К Л М Н О П Р С Т У Ф Х Ц Ч Ш Щ Ъ Ы Ь Э Ю Я
а б в г д е ж з и й к л м н о п р с т у ф х ц ч ш щ ъ ы ь э ю я

СЕРВИС

Число видов учебной деятельности, используемых учителем:



Нормой считается 4-7 видов за урок. Однообразность урока способствует утомляемости школьников. Вместе с тем вам необходимо помнить, что частая смена одной деятельности на другую требует от учащихся дополнительных адаптационных усилий. Это также способствует росту утомляемости.

- опрос учащихся,
- письмо,
- чтение,
- слушание,
- рассказ,
- рассматривание наглядных пособий,
- ответы на вопросы,
- решение примеров, задач,
- практические занятия и т. д.



**Сохранению здоровья учащихся
способствует
индивидуальная работа учителя с
учениками на
Разных этапах урока. Работа с одаренными
детьми
по индивидуальной пр**



На «уроках-праздниках» каждый ребенок вовлечен в активную сменяемую деятельность. Ощущение

каждого решает в комплексе

задач и задачи

ения



Использование методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся, которые позволяют им превратиться в субъекты



Пактивные методы (ученики в роли учителя, чтение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар и др.);

□ методы свободного выбора (свободная беседа, выбор действия, его способа, выбор приемов взаимодействия, свобода творчества и т.д.)



Включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни. Умение учителя выделить и подчеркнуть вопросы, связанные со здоровьем.



Физкультминутки и физкультпаузы

- **Физкультминутки и физкультпаузы являются обязательной составной частью урока. Необходимо обратить внимание на их содержание и продолжительность (норма - на 15-20 минут урока по 1 минуте из трех легких упражнений с 3-4 повторениями каждого), а также эмоциональный климат во время выполнения упражнений и наличие у школьников желания их выполнять.**



**Под влиянием физических упражнений
увеличивается
объем памяти, повышается устойчивость
внимания,
убыстряются психомоторные функции,
активизируются структуры мозга.**

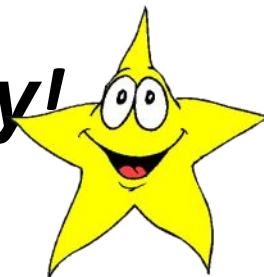


Хорошим видом релаксации является песня, которая предоставляет учащимся возможность отдохнуть, но и служит для формирования фонетических, лексических, грамматических навыков. Снижает утомляемость, доставляет большее удовольствие.

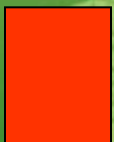


Работа по предупреждению утомляемости глаз

Смотрите на звездочку!



**Следите за квадратом, и
отгадывайте буквы**



В целях профилактики простудных заболеваний ежедневно проводим подвижные игры на свежем воздухе, часто ходим на экскурсии,



экскурсии.



Золотые правила психологического комфорта на уроке

- **Не пытайтесь за каждым отрицательным поступком школьника видеть только отрицательные мотивы.**
- **Тщательная подготовка к уроку, не допускается даже малейшая некомпетентность в преподавании своего предмета.**
- **Школьники склонны охотнее выполнять распоряжения учителей при опосредованном способе воздействия.**